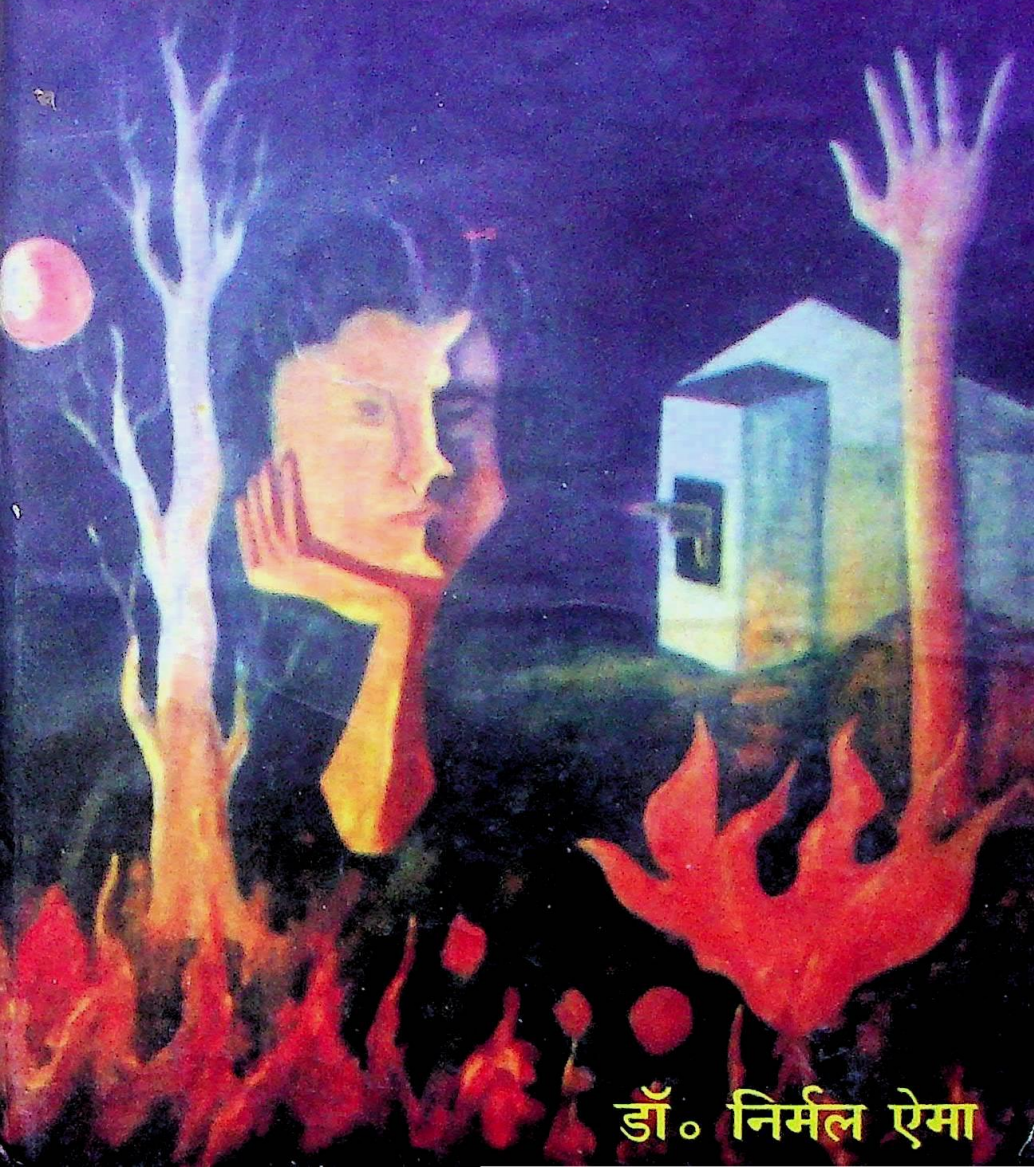


# धरा के लिए

(हाइकु - संग्रह)



डॉ० निर्मल ऐमा



## लेखन एवं प्रकाशन

‘अमिटशब्द’ काव्य - संग्रह, अप्रैल (1999)

‘योजना’ (मासिक)

‘शीराजा’ (मासिक)

‘कश्मीर - टाइम्स’

‘मसि - कागद’

‘चन्द्रभागा - संवाद’

इत्यादि में रचनाओं का प्रकाशन

दूरदर्शन केन्द्र जम्मू तथा रेडियो कश्मीर जम्मू  
से प्रसारण

सम्मान :-

अखिल भारतीय साहित्यकार अभिनन्दन  
समिति,

मथुरा - उत्तरप्रदेश द्वारा ‘कवयित्री महादवी  
वर्मा सम्मान’ से सम्मानित ‘जैमिनी  
अकादमी’ पानीपत के द्वारा ‘आचार्य’ की  
उपाधि से सम्मानित

संपर्क

डॉ० निर्मल ऐमा

2/122 - विकास - नगर,

पो० ऑ० सुभाष - नगर

जम्मू - 180005

दूरभाष : 2535142











# धरा के लिए

डॉ० निर्मल ऐमा

क्षीरभवानी प्रकाशन, जम्मू - कश्मीर



# समर्पण

पंकज खिला  
सैनिक संज्ञा पाये  
तुम्हें नमन

डॉ० निर्मल ऐमा



# धरा के लिए (हाइकु-संग्रह)

डॉ० निर्मल ऐमा

2/122 - विकास - नगर,

पो० ऑ० सुभाष - नगर, जम्मू - 180005

दूरभाष : 2535142

© कवयित्री

प्रथम संस्करण, फरवरी 2004

कम्प्यूटर कम्पोजिंग : रिकू कौल (2595136)

मूल्य : रु० 100/-

आवरण पृष्ठ : श्रीमती मनजीत कौर

फोन : (01874 - 222506)

**प्रकाशक :**

क्षीरभवानी प्रकाशन, जम्मू - कश्मीर

**प्रिंटर :** प्रिंस प्रिंटिंग प्रेस

जेल रोड, नज़दीक रंधावा पैलेस,

जेल रोड, गुरदासपुर

दूरभाष : 01874 - 238477, 322855

## वन्दना

माँ शारदे माँ शारदे,  
विनती करें कर जोड़ के ।

विद्यावती वाग्गेश्वरी,  
मिटा अज्ञान अंह नाशिनी,  
तम दूर कर आलोक दे,  
विनती करें कर जोड़ के ।

करुणानिधि हो सरस्वती,  
परिपूर्णा माँ संतोषी ।  
जग को प्रज्ञा से नहला दे,  
विनती करें कर जोड़ के ।

हंसारुढ़ वीणाधारिणी,  
विवेक जगा दो कल्याणी ।  
उज्ज्वल आँचल फैला दे,  
विनती करें कर जोड़ के ।

कमलासन हो ब्रह्माणी,  
आये शरण हे भवानी ।  
कण कण में माँ उजास दे,  
विनती करें कर जोड़ के ।

करुणानिधि हो वीणावदिनी,  
सुधा छलकाती रागिनी ।  
हो शाँत प्यासे प्राण मेरे,  
विनती करें कर जोड़ के ।

सप्त सुरों से गरिमामयी,  
विश्व पुकारे ममतामयी ।  
सत्-चित् आनंद का वर दे,  
विनती करें कर जोड़ के ।

माँ शारदे माँ शारदे,  
विनती करें कर जोड़ के ।



## शुभ आशीष

‘हाइकु’ मूलतः काव्यलेखन की एक पद्धति विशेष है जिस का विकास जापान में हुआ। इस प्रकार के काव्यलेखन में निश्चित अक्षरों का बन्धन रीतिकालीन कविता के छन्द बन्धन (मात्राबन्धन) की याद दिलाता है।

एक संक्षिप्त आकार के भीतर सर्जन की क्षमता के साथ बिम्ब उभारना अपने आप में एक अद्भुत उपलब्धि है। मिनी-कविता का ज़माना है। सूचना प्राद्योगिकी के युग में संक्षिप्त रूपाकार ने समान रूप से गद्य और पद्य दोनों को प्रभावित किया है। पंक्तियों की संख्या के आधार पर हाइकु ‘ताँका’, ‘सेदोका’ और ‘चोका’ कहलाता है। अक्षरों के क्रम की व्यवस्था भी भिन्न हो जाती है।

तीन पंक्तियों के हाइकु में अक्षरों का क्रम 5.7.5 का रहता है। ‘ताँका’ में पाँच पंक्तियाँ होती हैं और अक्षरों का क्रम 5.7.5.7.7 का रहता है। ‘सेदोका’ में छः पंक्तियाँ होती हैं और अक्षरों का क्रम 5.7.7.5.7.7 का होता है। ‘चोका’ लम्बी कविता होती है और इसमें अक्षरों का क्रम 5.7-5.7 का रहता है और

अन्तिम दो पंक्तियों का क्रम 7.7 का होता है।

हाइकु के माध्यम से भी कवि जीवन के किसी गहन अनुभव को सांकेतिक भाषा में मूर्त्त रूप प्रदान करता है। कवि विषय का चयन अपने जीवन के व्यवहार क्षेत्र से कर सकता है। ज़िन्दगी की किसी सच्चाई को भी हाइकु के माध्यम से अभिव्यक्त किया जा सकता है। केवल अक्षरों के बन्धन की लक्ष्मणरेखा को पार नहीं करना है।

मेरा व्यक्तिगत विचार है कि एक अत्यंत बुद्धिचतुर, भाषा-पण्डित, लोक-जीवन पारखी अनुभवी कवि ही इस विधा की पाबन्दियों को स्वीकारते हुए सर्जन के क्षेत्र में मौलिक योगदान दे सकता है। 'जापानी हाइकु और आधुनिक हिन्दी कविता पर डॉ० नामवर सिंह के मार्गदर्शन में शोध कार्य भी हो चुका है।

हाइकु को आध्यात्मिक अनुभवों की अभिव्यक्ति का भी साधन हो सकता है और विशुद्ध रूप से सौंदर्य को साकार रूप से प्रस्तुत करने का माध्यम भी हो सकता है। समकालीन जीवन की विसंगतियों पर भी हाइकु लिखे गए हैं तथा आधुनिक युग बोध की अभिव्यक्ति भी इन के द्वारा हुई है। हाइकु, देखा जाये



तो एक संक्षिप्त आकार का 'शब्द-चित्र' ही माना जायेगा । पाठक कभी-कभी शब्दों के अर्थ को खोजते खोजते और विशिष्ट प्रसंग के साथ जोड़ते-जोड़ते रोमांचित हो उठता है।

हाइकु लेखन के लिये सर्जन की अदभुत क्षमता अपेक्षित है । जापानी हाइकु में 'बाशोन', 'इस्सा' उल्लेखनीय हैं । हिन्दी हाइकु कवियों में कमलेश भट्ट 'कमल' डॉ० गोविन्द नारायण मिश्र, राम सागर शुक्ल 'बन्धु' डॉ० रमेश कुमार त्रिपाठी, सुशील द्विवेदी, डॉ० सुधा गुप्ता, गोविन्द नारायण मिश्र, डॉ० नीरज ठाकुर, डॉ० मनोज सोनकर, डॉ० रमाकान्त श्रीवास्तव, डॉ० शैल रस्तोगी, डॉ० जीवन प्रकाश जोशी तथा माननीय डॉ० भगवती शरण अग्रवाल आदि उल्लेखनीय हाइकु लिखने वाले प्रतिभावान कलाकार हैं।

हिन्दी हाइकु के विकास में समकालीन पत्र-पत्रिकाओं का भी महत्त्वपूर्ण योगदान रहा है। इनमें 'आज की कविताएँ' (बाँका) काव्यगंगा (रानीबाग, दिल्ली) साहित्य परिजात जनकपुरी, (दिल्ली) समकालीन, भारतीय साहित्य (दिल्ली) आजकल (दिल्ली) 'भाषा' (दिल्ली), वीणा (इन्दौर) अभिव्यक्ति (कोटा), प्रतिबिम्ब (रायबरेली) उत्तरायण (रायबरेली) तथा

मधुमती (उदयपुर) उल्लेखनीय है।

डॉ० निर्मल ऐमा का प्रस्तुत हाइकु संकलन इस काव्य विधा के विकास की दिशा में प्रशंसनीय योगदान है। प्रस्तुत संकलन में 531 हाइकु जीवन की समस्त विविधताओं को समेटे पाठक का ध्यान आकर्षित कर रहे हैं। डॉ० निर्मल एक चर्चित बुद्धिजीवी महिला है। आजकल पंजाब में शिक्षण कार्य-रत है। परिवार विस्थापन के कारण पीड़ित है। मन में एक आक्रोश भरा है। धीमी आँच से जीवन के सपने झुलस रहे हैं। यथार्थ अपने विकराल रूप में मुँहबाये खड़ा है। जीवन की बेशुमार उलझने नित उलझती ही जाती है सुलझने और सम्भावना नहीं के बराबर है। ज़िन्दगी का बोझ ढोते-ढोते भीतरी पराजय बोध अधीर कर रहा है। व्यवस्था को छिन्न-भिन्न करने की आकांक्षा है। भौतिक जीवन के छलावे ने भीतर झाँकने की प्रेरणा दी है। विद्रोह की आग सुलग रही है जीवन की सम्भावनाओं को तलाशते हुए वह मानस में उभरे बिम्ब हाइकु के द्वारा तलाश रही है। उसकी मनः स्थिति को समझना आवश्यक है। वह बराबर व्यवस्था से लड़ रही है क्योंकि व्यवस्था के कारण ही उसके साथ अन्याय हुआ है। उसे दृढ़ विश्वास है कि-



पत्थर क्या है  
लोहा भी पिगलेगा  
आग चाहिए



वृक्ष की जड़  
दीमक चाट गई  
नीड़ उजड़े



शासन करे  
सुरक्षा के घेरे में  
स्वार्थ आज



दस्तक दी है  
जीवन भर जहाँ  
द्वार बन्द था



काँटों के बीच  
गुलाब मुस्कुराया  
माली ने तोड़ा



नम हो जाए  
नीर से भरा कुम्भ  
रिसता रहे  
☆☆☆☆☆☆  
रिसते रिश्ते  
भिगोये आँचल को  
निचोड़े प्रीत  
☆☆☆☆☆☆

और मुझे विश्वास है डॉ० निर्मल ऐमा का प्रस्तुत हाइकु संग्रह सर्जन के क्षेत्र में एक उल्लेखनीय योगदान सिद्ध होगा ।

प्रोफेसर डॉ० भूषण लाल कौल  
डी. लिट्  
भूतपूर्व प्रोफेसर एवं अध्यक्ष  
स्नातकोत्तर हिन्दी-विभाग  
कश्मीर विश्वविद्यालय  
श्रीनगर

दिनांक :- 12.12.2003



1  
पतंग उड़े  
जहाँ तक डोर हो  
जीवन सार

2  
तुम्हारे गीत  
गुनगुनाते रहे  
सुना न सके

3  
बढ़ते पग  
दूरी माप सकते  
रुके क्या करे!

4

राखी पहने  
कलाई मुस्काई  
मन पलायित

5

मेरे धागों को  
तुमने उलझाया  
दे दी नग्नता

6

मुखौटों पर  
मजबूर मुस्कानें  
मन आहत



7

कैद हुआ है  
रेशम का कीड़ा तो  
किसकी भूल!

8

पत्थर क्या है  
लोहा भी पिघलेगा  
आग चाहिए

9

जग की रीत  
जानते सब ही हैं  
निभाता कोई

10

आश्रित जग  
अनिश्चित क्षणों पे  
फिर भी होड़!

11

एक ही राग  
पिक ने आलापा जो  
तो रस भरा

12

सूने घर में  
वेदना की गूँज है  
तन्हाई बोली



13

झुकना पड़ा  
नभ के बादल को  
धरा के लिए

14

‘मैं’ और ‘तुम’  
खोज रहे साम्राज्य  
‘हम’ कहाँ हैं?

15

कृत्रिम पुष्प  
मुखझाते तो नहीं  
भरमाते हैं

16

चार पहर  
जीवन सब जाने  
फिर भी भूले!

17

ओह वसंत  
सज कर तू आया  
जग सोया है!

18

ठोकरों से तो  
आहत होता मन  
पग सशक्त



19

सजाया देश  
विदेशी कैक्टस से  
काँटे ही काँटे

20

शेर की खाल  
शेर से मूल्यवान  
कैसा समय!

21

व्यथाएँ साँझी  
पीड़ा एक ही होती  
अलगाव क्यों ?

22

स्व रक्षा हेतु  
नाग फुंकार भरे  
और क्या करे!

23

रणक्षेत्र में  
आहत मानवता  
सहारा माँगे

24

तन को देखा  
मन में भी झाँकते  
दर्पण बोला



25

भावों का भाग्य  
'लॉकर' में बंद है  
पुस्तकालय

26

जायेगे कहाँ  
वृक्षों को काट कर  
छाया के लिए!

27

स्वाद अपना  
हर कार्य फल का  
चुनाव करें

28

मीन न डूबी  
जल में रहके भी  
पार हो गई

29

बढ़ रहा है  
आतंक का चीर क्यों?  
कौन बुनता?

30

कैद नेता के  
स्वार्थी हाथों में आज  
हाय प्रगति!



31

नए पृष्ठों से  
नई पुस्तक बनी  
शब्द वही है

32

स्वच्छ हवा में  
घुटन भर जाए  
शांति घुटती

33

सिद्धांत तो है  
प्रकृति भी पालती  
हम क्यों भूले!

34

संतोष हेतु  
रोटी तलाश रही  
स्थान आज है

35

मन में उठें  
उफनती लहरें  
आत्मा किनारा

36

धूल जमी है  
पद चिह्नों पे आज  
उठो बुहारे!



37

भटकन है  
टुकड़ों में छाँव हो  
घूँप ही भली

38

सत्ता की आग  
ठंडा कर सकते  
जलाने वाले

39

मात्र सफर  
जीवन का सार है  
लक्ष्य है कहाँ !

40

सेकते रोटी  
सत्ता की आग पर  
आज मंत्री हैं

41

वृक्ष की जड़  
दीमक चाट गई  
नीड उजड़े

42

बिखरें अंश  
अर्थहीन हो जाते  
टूटे दर्पण



43

रंक की पीर  
बेरोज़गारी वश  
तड़प रही

44

चाँद को रात  
दिन को सूर्य मिला  
भाग्य अपना

45

ओस कण भी  
मोती सम लगते  
भोर जो होगी

46

कुम्हार रचे  
नित नए खिलौने  
घूप सेकती

47

प्रीत का पता  
जानता कोई नहीं  
फिर भी ढूँढ़ें!

48

जमी मन पे  
धूल की परतें हैं  
कैसी हवा है!



49

वाह रे मेघ  
गरजा उसी पर  
जिससे बना

50

छिपा चाँद है  
बादलों की ओट में  
प्रतीक्षा करें

51

साँसे दूभर  
घुट गया है चैन  
ढहें दीवारें

52

बजाना पड़े  
टूटे तारों का साज  
धुन क्या बने!

53

सागर बना  
बूढ़ें एक हुई तो  
फिर गरजा!

54

समेटा जब  
बिखरी किरचों को  
घायल हुए



55

जाड़े की धूप  
हर कोई सेकता  
जाड़े से तोबा

56

विस्मित ऋतु  
कटते वन देख  
समेटा छोर

57

शीत हिम भी  
सिन्दूरी रंग बने  
सूर्योदय हो

58

ग्रहण युक्त  
सूर्य से फैल जाता  
प्रदूषण है!

59

बुद्धिवाद को  
शिक्षा ने पनपाया  
आत्मा उदास

60

जले अबाध  
प्राण रूपी दीपक  
फिर भी तम



61

मार्ग ही लक्ष्य  
चलना तो जीवन  
जीना है कहाँ!

62

भाषण सुना  
हाथ बजते गए  
पेट पिचका

63

अन्धे को लाठी  
राह दिखा सकती  
मजबूत हो

64

ताश के पत्ते  
बिखर जाते जब  
तमाशा होता!

65

धूप न आये  
खुली खिड़की से भी  
यदि पर्दा हो

66

शासन करे  
सुरक्षा के घेरे में  
स्वार्थ आज



67

हिंसा के हाथ  
माला जपते आज  
फले व फूले

68

वक्त ने ओढ़ी  
तम की चादर है  
सोये हैं हम!

69

बिन तेल के  
आदर्शों की बाती है  
धुआँ फैलाती

70

मधुर फल  
विष - वृक्ष रोप के  
नेता चरखते

71

ज्योति पर्व में  
दीये आहुति देते  
रात भोगती

72

रंग बदले  
मौसम ने अपने  
वृक्ष सहते



73

पार करना  
बहुत दुष्कर है  
तम घना हो

74

दीये की लौ को  
छीन न पाई हवा  
बुझा ही गई

75

वर्षा हुई तो  
नम हो गई मिट्टी  
पत्थर धुले

76

विष का पान  
शिव ने भी किया है  
संतान हम

77

जीवन राह  
कामना यान पर  
अतृप्ति राही

78

सिकुड़ गए  
रिश्तों के दायरे  
बिन धूप के



79

काल प्रबल  
जानते सब यहाँ  
माने न कोई

80

धैर्य निकाले  
नाव को भंवर से  
बचाये भाग्य

81

नंगा अड़ा है  
टोपी पहनने को  
बीच बज़ार

82

सिर उठाये  
धरा की छाती पर  
पर्वत खड़ा

83

कल्प वृक्ष है  
सत्ताधारियों हेतु  
बेरोज़गारी

84

मणि बना है  
इच्छाधारी नागों का  
संसद अब



85

बिक रहा है  
स्वार्थ की रक्षा वास्ते  
दोस्ती कवच

86

कामधेनु का  
पालन करे प्रजा  
दोहन नेता

87

जलता जब  
बिन तेल दीपक  
धुआँ उठता

88

देश विदेश  
मन-धर्म भिन्न है  
आत्मा तो साँझी

89

लम्बे नारवून  
संक्रामक बनते  
पाले कीटाणु

90

सब जानते  
समय शक्तिमान  
भूले फिर भी



91

पलते साँप  
कंटीली झाड़ियों में  
मार्ग भ्रमित

92

भार झेलते  
लम्बे नाखूनों का हैं  
कोमल हाथ

93

पूजनीय है  
पत्थर की मूर्ति भी  
विश्वास से ही

94

धुआँ पीकर  
गीली लकड़ी जले  
निराश मन

95

धुआँ ही धुआँ  
गीली लकड़ी जले  
नयन नम

96

उजड़े नीड़  
नील नभ निहारे  
किसे पुकारें



97

काल प्रबल  
संस्कार संबल है  
भूल क्यों रहे!

98

दस्तक दी है  
जीवन भर जहाँ  
द्वार बंद था

99

सदा बहार  
चुनाव बना अब  
लोकतन्त्र में

100

आहट से ही  
भयभीत हो जाता  
शंकित मन

101

कस्तूरी सूंघे  
वन-वन की धूल  
भूल ही भूल

102

कुतर रही  
मानवता के पंख  
वक्त की कैची



103

होठों पे हंसी  
मन में चीत्कार है  
नई सभ्यता

104

जंगल कटे  
ठिकाना ढूँढती हैं  
ऋतुएँ अब

105

मन की ज्वाला  
बन जाये मशाल  
होगा कमाल

106

सब बनेंगे  
राख के पुतले, तो  
मान किस पे!

107

आहत पक्षी  
फड़फड़ाये पंख  
बाज़ झपटा

108

साँसें सीमित  
भाग्य भी निश्चित है  
तृष्णा फिर भी?



109

काँटों के बीच  
गुलाब मुस्कुराया  
माली ने तोड़ा

110

छोड़ के संग  
विकल्पो की भीड़ का  
खुद को पाया

111

रक्त का रंग  
फीका हो गया कैसे?  
नसों में तो था

112

फीका हो गया  
रक्त का अब रंग  
अस्वस्थ हुए

113

स्वार्थ हेतु है  
परमार्थ बेचते  
कच्चे व्यापारी

114

कंटीला मार्ग  
विषैले जीव पाले  
हम राही हैं



115

देश - विदेश  
परमाणु होड़ में  
बेघर शांति

116

वेदना - पीड़ा  
झाड़ियों में अटकी  
कौन छुड़ाये!

117

हमसे आज  
पुस्तकों के शब्द हैं  
अर्थ माँगते

118

आनंद द्वार  
प्रभु भक्त से खुले  
मन साँकल

119

बाँसुरी बजी  
राधा - गोपियाँ नाची  
चुप रुक्मिणी

120

आहत मन  
विनती किसे करे  
कौन है स्वस्थ!



121

आहें भरके  
बेबस की आरजू  
दम तोड़ती

122

आहार बनी  
छोटी मीन बड़ी की  
सागर का क्या?

123

तुम्हारी सुनूँ  
अपनी व्यथा कहूँ  
समय नहीं

124

पटरी पर  
पहियों की दौड़ ही  
लक्ष्य चूमती

125

कमल कैसे  
दलदल में खिला  
टैक्स लगाओ

126

अतीत भूला  
आज से मुंह फेरा  
कल की चिन्ता



127

प्यासी थी मीन  
हाय! सागर में भी  
रही प्यासी ही !

128

टूटा दर्पण  
बिम्ब बने है कई  
किसे निहारें

129

वृक्ष की जड़  
धरा से सुरक्षित  
ताके नभ को

130

घुट रहा है  
आत्मा के आरोपों से  
बेबस मन

131

प्रगटे सूर्य  
मेघों के रहते भी  
फिर क्या डर

132

रिसते रिश्ते  
भिगोये आँचल को  
निचोड़े प्रीत



133

बदले हम  
विचार भी बदले  
'मैं' न बदला

134

कोमल कंधे  
ढोते भारी बस्ते हैं  
खिसका ज्ञान

135

ज़ोंक व नाग  
बनते रहे रिश्ते  
पालते सभी

136

पैसा आज है  
दानव बन गया  
खा रहा मूल्य

137

इच्छा हो रही  
निश्चेष्ट हंसने की  
जायें किधर ?

138

वक्त बदला  
मीत संग रीत भी  
विचार भी क्या!



139

बन्द नयन  
द्वार ढूँढते रहे  
खाई ठोकर

140

रंक की रोटी  
भाग रहा छीनने  
कुबेर आज

141

हम तत्पर  
कहाँ जाने के लिए  
पंख लगा के

142

कैद में आज  
'बापू' के बन्दर है  
नेता के पास

143

धुएँ मानिंद  
फैला आतंकवाद  
हवा थी संग

144

किस दिशा में  
रूठ के चली गई  
उन्मुक्त हंसी



145

जीवन थमा  
रचे तुम्हारे गीत  
समय नहीं!

146

पैसा व प्रेम  
भाग्य से ही मिलता  
श्रम फलता

147

मौसम संग  
हम भी बदलते  
क्या से क्या होते

148

‘तुम’ और ‘मैं’  
संग दोनों चले थे  
‘हम’ बिछड़े

149

सफल नर  
परीक्षा देती नारी  
कैसी प्रणाली

150

ऋतु बदले  
रंग अपने सदा  
मुझे क्यों भाये?



151

आग फैलती  
धुआँ ऊपर उठे  
आज की सदी

152

‘गुड - नाइट’  
मच्छर भी समझे  
हम भी बोले

153

जलती नारी  
हाथ सेके पुरुष  
घर में धुआँ

154

ऊँची पतंग  
सब का प्रेम पाये  
गिरे न भाये

155

उड़ान कला  
युवक सीख रहे  
मोम पंखों से

156

इच्छा के पंख  
अटके जहाँ पर  
अभाव जन्मा



157

आह की कील  
मन में गढ़ जाती  
शब्द फूटते

158

सत्य सहते  
यथार्थ झेलते हैं  
झूठ बेचते

159

सदा वसंत  
मंत्रि के संग रहे  
कड़ी सुरक्षा!

160

हिन्दी अपनी  
'मेम' प्रीत पराई  
न दो दुहाई

161

बरगद भी  
आग चटख जाए  
बिन नमी के

162

ऋषि-देश में  
दैत्य वारिस बने  
शंखनाद हो



163

बिन पत्तों के  
वृक्ष ठूँठ हो गए  
वक्त की चाल

164

स्वयं खड़ी की  
दीवारें चहुँ ओर  
मचाया शोर

165

जड़ ही जड़  
युग मशीनी अब  
बाँटे क्या भला !

166

गंगा का कहीं  
पाश्चात्य पत्थरों से  
टूटे न कूल

167

अंधेरी रात  
तम का साम्राज्य  
अंधे निश्चिंत

168

मेघ गरजे  
मोर नाचने लगे  
धरा उदास



169

सत्य की राह  
शूलों पर चलना  
छाले सहना

170

राख ही राख  
चिंगारी बना देगी  
सूखे न नमी

171

सूर्य चमके  
तारे टिमटिमाते  
दान का फल

172

सब खेलते  
शतरंज की चाल  
जग बिसात

173

सूर्य चमके  
पर्वत लाँघ कर  
सवेरा हो तो

174

पवन किसी  
दिशा अधीन नहीं  
सेको तो, आँधी



175

यज्ञ रचाएँ  
मानवता के लिए  
समिधा ढूँढ़ें

176

पोटली ले के  
कुंवारी आशाओं की  
मन भटका

177

पीड़ा व दर्द  
सब ओर चमके  
सजा बाज़ार

178

खोने न देंगे  
संस्कार संबल  
रक्षक बने

179

तय करना  
भीतर का सफर  
जीवन - लक्ष्य

180

ईमानदारी  
फूलती चाहे नहीं  
फलती तो है!



181

कुंठा में आज  
जड़ चक्रव्यूह के  
अभिमन्यु है

182

धुंधली दृष्टि  
नील नभ निहारे  
हतप्रभ हूँ

183

चाँद भी तो है  
रात में ही खिलता  
निराश क्यों हो

184

पुराने राग  
साज जो बदले तो  
क्षुब्ध समाज ?

185

ताकते हो क्यों !  
गिरायें ये दीवारें  
मिलाओ हाथ !

186

फूट जो जाए  
अंकुर बेवक्त भी  
फलता नहीं



187

भाषण कैसे  
उत्तेजित भीड़ का  
कवच बना!

188

जग हंसाई  
जीर्णपल्ला बाँधना  
गाँठ भी टूटे

189

रोके राह है  
संकल्पों की भीड़ का  
नसों का रक्त

190

तुम से लम्बी  
तुम्हारी परछाई  
सच क्या मानूँ!

191

लम्बे नाखून  
हाथ व पाँव पंगु  
जीवन भार

192

हिंसा का स्वाद  
नरभक्षी जीव ने  
चखा है आज



193

बदले अर्थ  
शब्दों ने आज जब  
भाषा ने भाषा

194

सोपान हेतु  
'लिफ्ट' बनी रीत है  
पंगु हो गए

195

किसे कहेगी  
वादी व्यथा अपनी  
विधवा बनी

196

मुखौटों से तो  
रूप ढका जा सके  
आत्मा क्या करे!

197

उजला पृष्ठ  
अर्थवान बनता  
रोशनाई से

198

घुट रही हो  
भावनाएँ जब तो  
व्यथित शब्द



199

जलती बाती  
बिन तेल फैलाये  
केवल तम

200

अनेक मोड़  
भावनाएँ लाँघ के  
फिर भी वही

201

प्राप्त करके  
किराये का जीवन  
चुकाते ऋण

202

मिलेगा मुझे  
आतंक कब तक  
विरासत में

203

शादी का जोड़ा  
रस्मों की वेदी पर  
राख हो गया

204

चौराहे पे हूँ  
किंकर्तव्यविमूढ़  
चक्षु बंद है!



205

भाग रहे हो  
मुट्ठी बंद करके  
हाथ हिलाओ

206

व्यर्थ दौड़ के  
होड़ में सब है क्यों?  
लक्ष्य एक ही

207

संकल्प संग  
जीवन बदलता  
किसी किसी का

208

सत्ता का मद  
अहंकार दे जाता  
आनंद कहाँ

209

अहिंसा आज  
हिंसा के पंजों में है  
आओ छुड़ाये!

210

जीवन तो है  
किराये की मशीन  
बुनता कर्म



211

कर्मों का धागा  
बुनता जीवन है  
ढकता मृत्यु

212

सत्ता वैभव  
सिर चढ़ के बोले  
बिन पाँव के

213

नर घिसता  
नाग लिपटे हुए  
चंदन भाग्य

214

जन्मी संतान  
शिक्षा प्रणाली से है  
बेरोज़गारी

215

महक भिन्न  
वन उपवन की  
मिट्टी एक है

216

एक ठोकर  
बूँदों से भरा कुम्भ  
बिखरा गई



217

गरजते हैं  
भिड़ते मेघ जब  
काँपती धरा

218

कवि की वाणी  
सत्य की शरण में  
सुरक्षा माँगे

219

सींची नीर से  
विस्थापन की पीड़ा  
फल बेबसी

220

केंचुल छोड़े  
नवीन रूप हेतु  
महानगर

221

मुक्त करेंगे  
'डल' को कचरे से  
फैंकेंगे कहाँ?

222

'गया' पीपल  
आज के 'सिद्धार्थ' को  
पुकार रहा



223

आज भी वही  
माँ बाप व श्रवण  
मूल्य क्यों नहीं!

224

ग्रामीण पक्षी  
महानगर आये  
भूले उड़ान

225

अपनापन  
अपनों के हाथों ही  
मसला गया

226

कुनमुनाया  
डरा बिन्दु सा आज  
स्वदेश प्रेम!

227

स्वदेश हित  
विदेश विचारता  
नपुंसकता

228

स्वराज्य में है  
विदेशी सभ्यता का  
आज़ादी पर्व



229

दधीचि त्याग  
क्रन्दन कर रहा  
तिजोरियों में

230

हाशिए पर  
ज़मीर की जंज़ीर  
लटकी हुई

231

रोशनी तो है  
सातरंगों का मेल  
अतः घवल

232

आँख मिचौली  
खेलती भावनाएँ  
मन के साथ

233

बहता रहे  
जीवन पानी सम  
लक्ष्य भी बहे

234

ताप से हिम  
पिघल कर बही  
मन में जमी



235

इन्द्र धनुष  
रंगों में उलझाए  
भ्रमित हुए

236

हवा रुख पे  
महक है निर्भर  
लोकतन्त्र में

237

आँसू सूखते  
अपने बेगाने हो  
आह भी घुटे

238

पहुँचाती है  
चढ़ाई शिखर पे  
ढलान खाई

239

साँसे दूभर  
घुटन से हो जाती  
जीना दुष्कर

240

तुम्हारा नाम  
कोरे पृष्ठ पे लिखा  
नीर से धुला



241

निर्मल नीर  
सिल पर चढ़ाया  
बिखर गया

242

मैके की बेटी  
ससुराल की बहु  
बहता जल

243

सहरा हो तो  
सूर्य भी देता छाले  
चाँदनी छल

244

बाढ़ तो बाढ़  
ढह जाता सर्वस्व  
बूँद ही भली

245

रिक्त गागर  
प्यास तो न बुझाये  
बजे अवश्य

246

नीड़ बनता  
जुड़े तिनको से ही  
बिरखरे चुभे



247

वृक्ष सहता  
पतझड़ में शीत  
मौसम ने दी

248

बुना स्वयं ही  
अपना है कुकून  
किसकी भूल

249

सिंदूरी उषा  
घूँघट में छिपाए  
शिशु प्रातः है

250

प्रेम सुधा को  
तलाश रहे सब  
बिन प्यास के

251

ठिकरी करे  
कुम्हार को घायल  
आज की रीत

252

संसद बना  
अनीति का अखाड़ा  
मत हमारा



253

आतंक.चीर  
धरा को ढक गया  
रोको हे 'कृष्ण'

254

बिरवरे अंश  
अर्थहीन हो जाते  
देते चुभन

255

सुलगते हैं  
दहकते अंगारे  
बुझे क्या जलें

256

बगीचा सूखा  
वीराना बन गया  
पनपे शूल

257

बन्द नयन  
सपने सजाते हैं  
जीवन नहीं

258

नयन जब  
सपनों को सजाएँ  
चैन चुरायेँ



259

राह नेता की  
सुगम बन गई  
पुल बना के

260

आहत आज  
'बापू' के बन्दर हैं  
भय से चुप

261

भावनाओं को  
दफनाऊँ किधर  
है दलदल

262

मिट्टी में माना  
रंग नमी भिन्न है  
पंक पंक सी

263

पुष्प की गंध  
सूख के भी न मिटी  
हवा ले उड़ी

264

बिन जल के  
यायावर बादल  
आकाश पर



265

पुकार रहीं  
भटकी मानवता  
मदद हेतु

266

रात हुई तो  
जले यादों के दीये  
बुझे नीर से

267

बादल नापे  
नभ धरा की दूरी  
मिटा न सके

268

बूँद का त्याग  
बनी वर्षा की लड़ी  
धरा से मिली

269

पराई लगे  
अपने ही होठों पे  
मुस्कान आज

270

चाँदनी कैद  
हो गई है तम में  
अमावस्या है



271

उथली नदी  
लाँघ सकते सब  
गहरी नहीं

272

देख सकते  
चित्र ही तो खुशी का  
बना न अभी

273

पत्ते झड़े तो  
पक्षी भी उड़ गए  
तन्हा पीपल

274

साथ निभाती  
मात्र कर्मों की पूंजी  
जोड़ते चलें

275

वसंत संग  
रंग, पुष्प, महक  
भाग्य अपना

276

कलियाँ खिली  
बगिया इतराई  
खिले थे टेसु



277

रस्सी की गाँठ  
सहता बूढ़ा वृक्ष  
बना है झूला

278

सूखे खेतों से  
मिट्टी भी उड़ गई  
हवा के संग

279

प्यासी धरा तो  
नभ ताकती रही  
मौसम बीता

274

साथ निभाती  
मात्र कर्मों की पूंजी  
जोड़ते चलें

275

वसंत संग  
रंग, पुष्प, महक  
भाग्य अपना

276

कलियाँ खिली  
बगिया इतराई  
खिले थे टेसु



277

रस्सी की गाँठ  
सहता बूढ़ा वृक्ष  
बना है झूला

278

सूखे खेतों से  
मिट्टी भी उड़ गई  
हवा के संग

279

प्यासी धरा तो  
नभ ताकती रही  
मौसम बीता

280

आग फैलती  
धुआँ ऊपर उठे  
तपती धरा

281

पर्वत सहे  
हिम घुटन, ताप  
प्रपात बने

282

नमी सोख ली  
धरा की आकाश ने  
बरसा फिर



283

उलझे आज  
निपुण हाथों से ही  
सुलझे धागे

284

प्रभु एक है  
हर कोई मानता  
जान भी लेता!

285

सब घूमते  
प्रेम नगर में हैं  
बसते नहीं

286

खरीदी पीर  
सजे बाज़ार से क्यों?  
हाय रे मन!

287

डूब तो गई  
छिट्ठों भरी नौका थी  
हम भी डूबे

288

सूखा सावन  
नहला न सका तो  
दहला गया



289

दूषित हुआ  
सागर सरिता का  
स्वच्छ जल क्यों?

290

पर्व भी अब  
दौड़े पैसों की ओर  
क्या मनायेगे!

291

डाल दो वोट  
समेटें हम नोट  
मत तुम्हारा!

292

झूठ व सत्य  
नदी के दो छोर थे  
सेतु से मिले

293

लोहे का द्वार  
लाँघ न सकी भूख  
'हट' में घुसी!

294

उल्टे पाँव ही  
सावन चला गया  
जाने क्या हुआ!



295

खो गई मेरी  
स्वप्न कतरन भी  
आँख जो खुली

296

दे तो न सकी  
छीन गई सपने  
बेरोज़गारी

297

धूमिल आशा  
तय करे सफर  
बिन डगर

298

बीत गया है  
नव वर्ष ढूँढते  
हर वर्ष ही!

299

ओस कण भी  
मोती सम चमके  
उजास जो हो

300

गीत हूँ भूला  
कैसे गुनगुनाऊँ  
याद है याद



301

मिटा न सके  
समय के थपेड़े  
राह को कभी

302

किस के अश्रु  
चाँदनी में भी बहे  
ओस बनके

303

डूबेंगे जब  
विचारों की बाढ़ में  
यात्रा आरम्भ

304

तन के वस्त्र  
मन ढक गए हैं  
रो रही लाज

305

वृक्ष का धैर्य  
अंधड़ रोक सके  
दीमक नहीं

306

भ्रष्टाचार में  
श्रम का परिणाम  
गुमनामी है



307

ऊँचे महल  
महानगर के हैं  
धूप को रोके

308

उगे पलाश  
केसर की क्यारी में  
हवा उदास

309

शिशु व्यथित  
पलने में आज है  
ममता हेतु

310

लक्ष्मी के घर  
चिन्तन कैद आज  
चेतना चुप

311

आत्मा गिरवी  
आनंद की तलाश  
बुझे न प्यास

312

नभ विस्तृत  
गहरा है सागर  
धरा विशाल



313

सौतेलापन  
अपने ही घर में  
हिन्दी क्यों सहे?

314

कार्यालयों में  
भय चर रहा है  
विश्वास खेती

315

मंत्री पी रहे  
बहसों की प्याली में  
देश का भाग्य

316

मानव जब  
आत्मीयता से बचे  
तो नेता बने

317

सेकते मंत्री  
बेरोज़गोरी - आग  
हो मुट्ठी गर्म

318

बन गई है  
बेरोज़गारी 'फैक्ट्री'  
शिक्षा प्रणाली



319

अपना घर  
विवादों से क्यों भरा  
किसकी रज़ा!

320

चोट खा कर  
दिन गुज़र गया  
रात दर्द में

321

भ्रष्टाचार का  
उत्तर कहाँ ढूँढे  
प्रश्न ही व्यर्थ!

322

हिमालय से  
टकराई जो हवा  
ठंडी हो गई

323

जग खरीदा  
आत्मा के मोल पर  
फिर भी रिक्त?

324

युधिष्ठिर ने  
आत्मा दाव लगाई  
द्रोपदी - हेतु



325

शारदा पुत्र  
शिखर पर बैठा  
सहता शीत

326

क्रय - विक्रय  
दलदल का हुआ  
संसद बना

327

देश प्रेम में  
जो डूबा पार हुआ  
क्यों भयभीत !

328

हम रूप है  
हम राज क्यों नहीं!  
मैं और तुम

329

संवेदना से  
जन्म लेती कविता  
समाज पिता

330

दो भिन्न भाव  
हर्ष और विशाद  
मन तो एक



331

नेता के हाथों  
पाप दूषित हुआ  
न्याय माँगता

332

निश्चित हुए  
वृहन्नला बन के  
इस दौर में

333

विष अमृत  
सागर में छिपा है  
समय साक्षी!

334

मिट कर ही  
बीज वृक्ष बना है  
नहीं तो दाना

335

पितृ-पक्ष में  
कौव्वे अब न आते  
हंस हैं बने

336

कंकर गिरा  
यादों के पोखर में  
काई थी जमी



337

मातृ भूमि की  
त्रिवेणी में नहाके  
पवित्र हुए

338

इसकी इच्छा  
किस ओर जाएगा  
है वनराज

339

दीपक जला  
तम हुआ रोशन  
भटके फिर

340

कीटाणु आज  
आँतों में पल रहे  
तन को खाये

341

सुन सकते  
टूटने की आवाज़  
शोर हो बंद!

342

अन्तस में तो  
प्राची का उजास है  
पट ही बंद!



343

ताज़ा खबरें  
आज का समाचार  
महक बासी

344

सहरा बनी  
कचरा भरने से  
खुदर नदी

345

सब घूमते  
दर्दे दिल को लेके  
खोटा सिक्का है!

346

स्वार्थ हेतु ही  
कसते हो लगाम  
अड़ा घोड़ा तो....

347

तुम्हारा हुस्न  
मेरे इश्क से हारा  
हाय बेचारा!

348

जीवन तो था  
अमानत प्रभु की  
सौगात बनी



349

सूखा कानन  
विरासत में देंगे  
उगेंगे शूल

350

झूठ न भाये  
सत्य से परहेज  
बीमार हम

351

भेड़ को घास  
भेड़िये डाल रहे  
लोकतन्त्र है

352

विज्ञापन ने  
संतोष की रेखाएँ  
धूमिल की हैं

353

ढूँढ़ने चले  
चैन कहाँ मिलेगा  
बिना पता के

354

बिखरे अंश  
अर्थहीन हो जाते  
भाव खो जाते



355

रंक की पीर  
पिस कर अधीर  
ताकती नभ

356

चाँद हेतु भी  
रुक सके न सूर्य  
विवश दोनों

357

यज्ञ रचाते  
मानवता के लिए  
मंत्र ही भूले

358

भटक रही  
तृप्ति की तलाश में  
भूख है आज

359

बहा ले गई  
स्वार्थ की बाढ़ कहाँ!  
अपनापन

360

धूप ही भली  
टुकड़ों में छाँव से  
भ्रम तो मिटे!



361

धूल जमी है  
आप्त वचनों पर  
क्राँति झाड़ेगी

362

विश्व में फैली  
प्रदूषित हवा से  
आधि व व्याधि

363

मार्ग जीवन  
चलना तो लक्ष्य है  
जीना कहाँ है!

364

जननी हेतु  
रोपे स्वार्थ के शूल  
अपने पूत

365

खरीदकर  
बेचकर भी स्वार्थ  
हाय उदास

366

चूहों के बिल  
साँपों के घर बने  
पर्वत भोगे



367

अपने हाथ  
चुनते रहे शूल  
किसकी भूल!

368

टूटे शीशे में  
एक के कई रूप  
भ्रमित करें

369

मेरे अंश से  
स्वरूप तुम्हारा है  
मुझे ही भूले

370

दीये की लौ तो  
तम से भिड़ सके  
जल कर ही

371

उग्रवाद का  
डेरा अब वन है  
शहर चले

372

हवा के संग  
गुब्बारे सी उड़ती  
प्रीत आज क्यों!



373

पत्थर में भी  
अंकुर फूट सके  
ऋतु दे साथ

374

फैली जाती है  
वायु के संग ही तो  
गंध - सुगंध

375

साथ न देता  
तारों भरा नभ भी  
अमावस्या हो

376

आतंक आज  
किससे किस को है  
निर्णय - क्षण

377

सूखा सुमन  
पृष्ठों में दब कर  
घुटता रहा

378

रेगिस्तान को  
शबनम की बूँदें  
हरा क्या करे !



379

तेज़ वर्षा से  
किनारे ढह गए  
निराश आशा

380

प्रश्न बने है  
उत्तर भी जग के  
प्रश्न पत्र हूँ!

381

हिम में अब  
घुटन भर गई  
सूर्य चमके!

382

लोहे ने सहा  
सोना आग से मिला  
फिर भी सोना !

383

पैसे की बोली  
हर कोई समझे  
बोले न सब

384

लोहा तपता  
निखरता सोना है  
आग क्या करे !



385

नए साल की  
प्रतीक्षा खींच लाई  
जीवन डोर

386

बही थी नदी  
स्वयं राह बना के  
सूख क्यों गई!

387

वितस्ता सूखी  
जेहलम बन के  
प्यासे रहे !

388

सत्ता व प्रजा  
दर दर भटके  
दोनों भूखे है

389

राम के छल  
रावण के चाह से  
सीता विकल

390

कंधों पे लेके  
ढो रहे कर्मचारी  
'बॉस' की कुर्सी



391

सुन सकेंगे  
व्यथा 'व्यथ' की कैसे  
बहरे हम

392

वितस्ता पर  
पुल बन गया है  
दोनों तटों से

393

वितस्ता में है  
कचरा भर दिया  
लाँघने हेतु

394

डूबेंगे पुल  
वितस्ता पर बने  
हिम पिघले

395

सदियों से है  
बह रही वितस्ता  
दो तटों मध्य

396

वेश भूषा से  
रूप बदल जाता  
स्वरूप कहाँ!



397

पढ़ तो पाये  
राष्ट्रभाषा योजना  
अंग्रेजी सीखें!

398

सत्ता फैलाये  
आश्वासनों का जाल  
प्रजा शिकार

399

रेगिस्तान में  
चाँदनी की आभा से  
राही उलझा

400

कैसी हवा है  
शोले भड़का दिये  
दीये बुझाये

401

स्वार्थ से ही तो  
महफिल सजती  
निस्वार्थी तन्हा

402

श्वेत बालों में  
मेहन्दी रंग लाई  
काले कुम्लाये



403

जिस बूँद को  
मिटा गया ताप है  
बनता मोती !

404

जीवन.डोर  
नववर्ष के कर  
समेटते है

405

वर्षा की तेजी  
किनारे ढह डाले  
पानी की होड़

406

सोये क्यों अब  
ओढ़े स्वार्थ - चादर  
सवेरा हुआ

407

समय नहीं  
संवेदना हेतु भी  
व्यापारी जग

408

जीवन कौद  
प्रश्नों की पोटली में  
खुले न गाँठ



409

सूनी आँखों से  
सपने बह गए  
प्रतीक्षा जन्मी

410

सुरक्षित है  
बिन लिपि के ही तो  
मौन की भाषा

411

होड़ लगी है  
दुःख-सुख में आज  
आहत दोनों

412

आशा न लेती  
रुकने का नाम ही  
निराशा थी

413

अणु से ग्रस्त  
बीमार है रोशनी  
कैसा सूरज

414

जले जो आग  
जड़ हो जाए राख  
फैले प्रकाश



415

‘मैं’ या ‘हम’  
चुनाव आवश्यक  
साँसे सीमित

416

जड़ - चेतन  
खिलौनों से खेलता  
विज्ञान आज

417

विष का प्याला  
समय पीकर है  
फुंकार रहा

418

बाँट न सके  
मेरे गम को तुम  
'मैं' न खुशी को

419

ज्वालामुखी से  
धरा से फूटा लावा  
पत्थर बना!

420

बाँझ की प्रथा  
नपुंसकता ने दी  
भविष्य रोया



421

हाय रे मन  
संवेदना पुकारे  
निर्वासित हूँ!

422

नमन-पात्र  
सूर्योदय बनता।  
श्रम धरा का!

423

साँझा है दर्द  
तुम्हारा-मेरा फिर  
जुदा क्यों हम !

424

श्रम रचता  
वादों से लटकता  
जीवन-चित्र

425

मूक मशीन  
जीवन बना गई  
जड़ वस्तुएँ

426

मेरी वंचना  
वंचित कर गई  
प्रभु-कृपा से



427

खींचने से तो  
टूट जाती डोर है  
हाथ भी दूर

428

कुचल गया  
उदात्त दृष्टिकोण  
छल - भीड़ में

429

कराह रही  
निष्कपट भावना  
नींव बनी है।

430

ऊँची - पतंग  
नभ को छूने वाली  
स्वार्थ ने काटी

431

संवेदना है  
अंधकूप में कैद  
घुन से त्रस्त

432

श्रद्धा - भावना  
आज अंक बन के  
उछल रहे।



433

वस्तुपरक  
व्यवहार जन्म दे  
जड़ प्रकृति

434

दिव्य बीज को  
गणित प्रकृति ने  
शूल बनाया

435

मूल्य - गिराये  
गणित को उभारे  
शिक्षा - प्रणाली

436

छाये कोहरा  
धुंधला दिखाई दे  
रास्ता भी ढके

437

दृष्टि चुराई  
बिन आवरण है  
मृत्यु प्रत्यक्ष

438

धरा में नमी  
आँसु न ला सके तो  
क्या जग बाँझ !



439

घायल हुए  
आशा के पंख जब  
धूल में मिले

440

सिकुड़ गई  
शब्दों की परिभाषा  
बदली लिपि

441

डाल दो शस्त्र  
कब कोई जीतता!  
बिम्ब से युद्ध

442

पोटली थामे  
कुंवारी आशाओं की  
भटका मन

443

सूर्य - उदय  
फैलाता उजास है  
मिटता तम

444

अमूल्य मोती  
मन के गर्भ में है  
चाह प्रसव



445

वसीयत में  
वेदना - धरोहर  
ममता पाये

446

शोले सुलगे  
राख का ढेर हुए  
हवा ले उड़ी

447

आग फैलती  
धुआँ ऊँचाई मापे  
क्यों बनी रीत!

448

‘सेल’ ही ‘सेल’  
वेदना की लगी है  
बाज़ार गर्म

449

नम हो जाए  
नीर से भरा कुम्भ  
रिसता रहे

450

भवन बने  
श्रमिक के श्रम से  
झोपड़ी टूटी



451

बिना सीता के  
राम गृहस्थी बना  
रामराज्य है।

452

शादी का रिश्ता  
बिन आत्मीयता के  
भीषण रोग

453

मोल लेते है  
आधि-व्याधि धाम को  
होड़-होड़ में

454

गणित नहीं  
जीवन तो कला है  
तूलिका हाथ

455

जीवन - खेल  
कब तक खेलेंगे  
मिट्टी के साथ

456

शाँति के गीत  
आओ मिलके रचें  
कल गूँजेगें



457

सूखी धरा है  
आकाश धुंध-भरा  
कैसा मौसम

458

शरीर पट  
तार-तार हो रहा  
'मैं' नाच रहा

459

तम-राज्य में  
व्रस्त साये से हम  
हवा कंपाती

460

प्रेम - बंधन  
प्रतीक्षा की गाँठ में  
बंध ही गया

461

वेदना तो हैं  
सुलगाती जिन्दगी  
राख जीवन

462

कुसंस्कारों ने  
शासन सम्भाला है  
मत हमारा



463

प्रेरणा स्रोत  
सूख रहे आज है  
भिड़ते मेघ

464

चरमराये  
फटा जूता पाँव में  
आहत करे

465

जमी है कार्ड  
ठहरे पानी पर  
प्यासा जग है

466

हरे चश्मे से  
हरियाली दिखती  
प्रकाश नहीं

467

हिम व बर्फ  
ठिठुर रही वादी  
जला दो वन

468

तपता चूल्हा  
भूख नहीं मिटाता  
आँच देता है।



469

हिम वादी का  
आग ने पिघलाया  
बह रहे है!

470

मेघ गरजे  
प्यासा सावन रोये  
मोरों ने नाचा

471

द्रोपदी - चीर  
बन के भ्रष्टाचार  
ढके आत्मा को

472

आस मचली  
कल्पना - उड़ान से  
मन मुस्काया

473

भीतर तम  
बाहर रोशनी है  
दीवाली हुई

474

भूख व प्यास  
दोषों की जननी है  
पिता समय



475

राह अपनी  
शाखाओं ने बदली  
कटा तना जो

476

मन दिखाता  
स्वप्न आँखों को जब  
शाँति रूठती

477

नन्हें दो हाथ  
कब तक तैरेगें  
बिन सहारे

478

घूँघट उठा  
मानवता चिल्लाई  
राजनीति थी

479

कोहरा छाया  
सड़क ढक गई  
दृष्टि धूमिल

480

चाँदनी रात  
तारे जगमगाए  
सूर्य ओट में



481

खौलने पर  
उड़ जाता भाप है  
पात्र तपता

482

बादल हटे  
देख सकते तब  
नग - शिखर

483

पानी की होड़  
किनारे ढह डाले  
दूषित जल

484

नई सदी में  
जनसंख्या चिल्लाई  
कैसे लूँ साँस

485

राह कंटीली  
दामन में पत्थर  
कैसा पर्वत!

486

मन व बुद्धि  
पिटारों की होड़ में  
आत्मा बाँचती



487

माँगता रहा  
आज कल से ब्योरा  
तत्त्व साल का

488

स्वार्थ कैंची से  
कतरनों का ढेर  
रिश्ते बने हैं।

489

आँसू का मोल  
लगाना व्यर्थ आज  
बाज़ार नहीं

490

समेटते हैं।  
नव वर्ष के हाथ  
जीवन-डोर

491

हवा का रुख  
लहरों को दिशा दे  
सागर चुप

492

रंक व धनी  
देश के करीब हैं  
पास न दोनों



493

कन्या का जन्म  
जीवन व मरण  
एक हादसा

494

बाहर धुआँ  
भीतर प्रदूषण  
साँसे दूभर

495

हर दिशा में  
किरचें बिखरी है  
टूटा समाज

496

वृक्ष का धैर्य  
दीमक चाट जाए  
खोरखला करे

497

रिश्तों का मूल्य  
इतना बंट गया  
शून्य हो गया

498

सुरक्षा ध्वज  
पंक से लथपथ  
सागर चुप



499

दौड़ते यान  
पहचान पा गए  
चिन्ह खो गए

500

शाँति स्थल के  
संतोष द्वार खोले  
ईमानदारी

501

वर्षा का जल  
भर देता पोखर  
न कि सागर

502

मौसम तो है  
दलों को मुरझाता  
वृक्ष को वक्त

503

उपचार है  
आत्मिक रोगों का तो  
मानवता ही

504

विद्यालयों में  
वातायन बन्द है  
खुले है द्वार



505

बाँस ने जब  
भीतर किया खाली  
बनी बाँसुरी

506

बाहर आँधी  
भीतर तूफान है  
दीये उदास

507

हर सदी में  
अवतार तो आये  
तर न पाये!

508

गुलाब खिला  
शूलों में रह कर  
प्रभु मेहर

509

स्वाति - नक्षत्र  
बूँद बनाये मोंती  
क्षण अमोल

510

तेज गति से  
पहिये घिसते भी  
टूटते भी है



511

तड़प उठा  
अपने ही शूल से  
मेरा गुलाब

512

वृक्ष सहता  
प्रहार पे प्रहार  
तो नीड़ बने

513

सूख ही गया  
नीर सहारा में था  
तप के जला

514

चाहने वाले  
पुष्प तोड़ के चले  
शूल छोड़ के

515

बीती न रैन  
दिवस के स्वप्न में  
मूँदे नयन

516

चाँद दुल्हा है  
चाँदी की झालर से  
झाँकता निशा



517

काली रात में  
जल गए दीये तो  
दीवाली हुई

518

ग्रास बनी क्यों  
दानव - दहेज की  
रिश्तों की शक्ति

519

रोशनी तो है  
फिर भी तम क्यों!  
खिड़की खोलो

520

एक दिवस  
गाँधी जयन्ती का है  
शेष हमारे

521

परीक्षा वक्त  
संदर्भ भी न मिला  
टटोले ग्रन्थ

522

धरा से नमी  
सोख के बना मेघ  
चढ़ा आकाश



523

डोर के रेशे  
सीलन से टूटते  
खुलती गाँठ

524

राह सुगम  
भीतरी सफर की  
कला से होती

525

मेरी आवाज़  
प्रतिध्वनित हो के  
शरमाई क्यों !

526

शिव का पथ  
शिवमय बना दे  
चढ़े शिखर

527

चंदन को भी  
जलना पड़ता है  
महक हेतु

528

युग सृजन  
युवक तेरा मोल  
दाम बढ़ाओ !



529

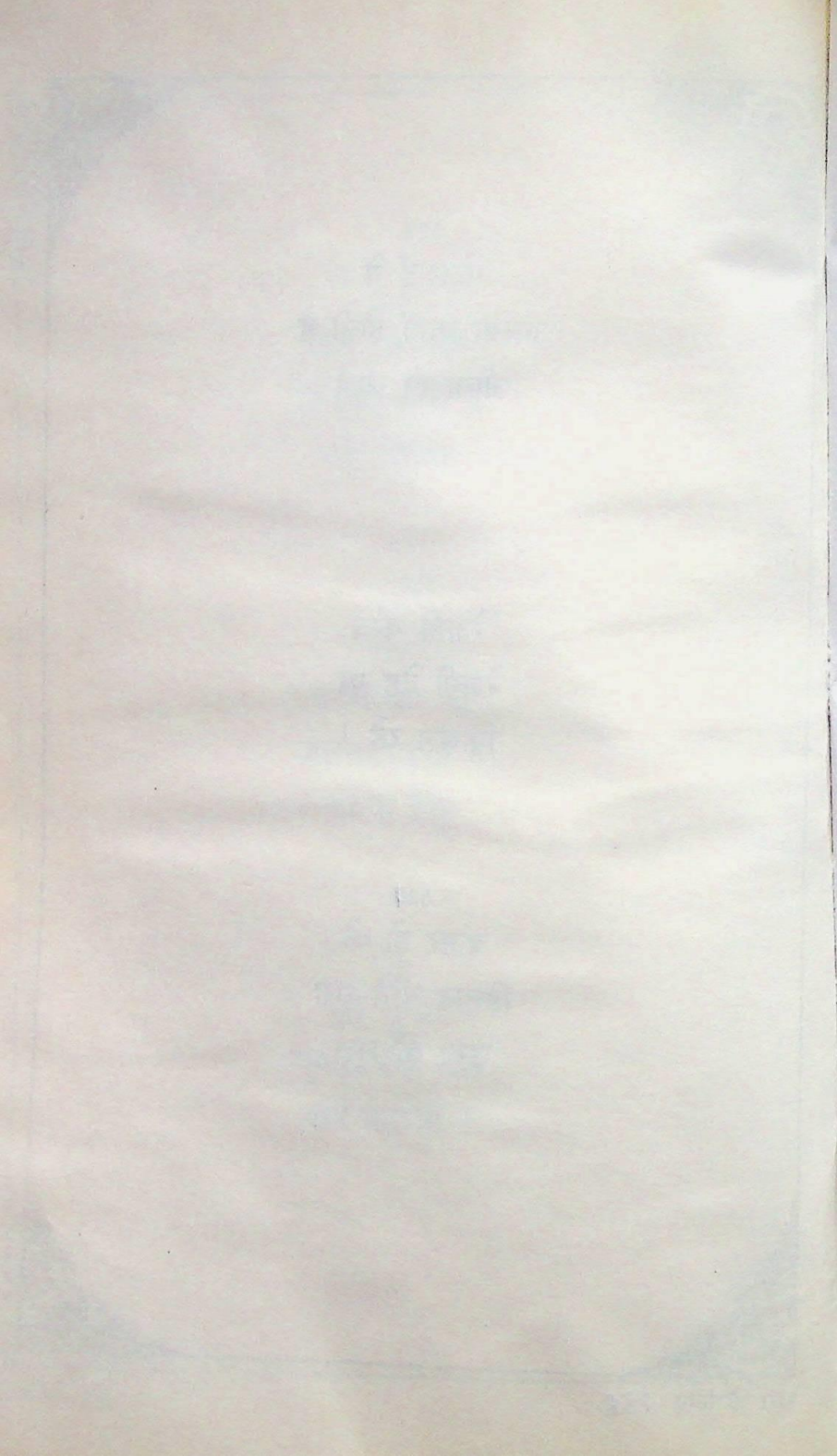
परछाई में  
आत्मा कहां होती है  
जीना ही व्यर्थ

530

रेशमी वस्त्र  
रेशमी देह पर  
फिसल रहे !

53१

बंजर हो के  
हिसाब माँगे धरा  
उगा के शूल















## डॉ० निर्मल ऐमा

जन्म स्थान

: श्रीनगर (जम्मू - कश्मीर)

परिवार :-

श्रीमती दुलारी ऐमा (माताश्री)

श्री बृजनाथ ऐमा (पिताश्री)

श्री प्यारे लाल मानवती (पतिश्री)

आशुतोष मानवती (सुपुत्र)

अंशुमाली (सुपुत्री)

व्यवसाय

: अध्यापिका

शिक्षा

:

एम० ए० (हिन्दी) कश्मीर विश्वविद्यालय

एम० एड हिमाचल प्रदेश विश्वविद्यालय

समर - हिल (शिमला)

पत्रकारिता : भारतीय विद्या - भवन, मुम्बई

पी० एच० डी पंजाब विश्वविद्यालय, चंदीगढ़

शोधकार्य :-

1. A study of Mental Health Among Teachers in Relation to Teacher Effectiveness. (1995-96)
2. News Paper Reading Habits of Teenagers in Relation to Academic Achievement in English. (1997)
3. A Studying of School Climate and its Relationship with Creativity, Personality and Academic Achievement of Adolescents. (2002)